

RINGKASAN

Ukuran pinggang atau lingkaran pinggang banyak digunakan sebagai salah satu cara untuk menentukan lemak tubuh dan salah satu indikator seseorang dikatakan obesitas sentral. Dibandingkan dengan Indeks Massa Tubuh (IMT), pengukuran lingkaran pinggang memiliki ketepatan cukup tinggi dalam menentukan obesitas sentral. Saat ini prevalensi obesitas sentral semakin meningkat, kenaikan tersebut berimplikasi pada peningkatan risiko berbagai macam penyakit degeneratif, seperti penyakit kardiovaskuler, hipertensi, dislipidemia, diabetes tipe 2, batu empedu dan beberapa jenis kanker. Salah satu cara untuk meminimalisir kenaikan prevalensi obesitas sentral adalah dengan menurunkan ukuran lingkaran pinggang. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi akupunktur dan herbal dalam menurunkan ukuran lingkaran pinggang pasien obesitas sentral. Studi kasus ini dilakukan menggunakan kombinasi terapi akupunktur dan herbal selama 1 bulan. Terapi akupunktur dilakukan sebanyak 12 kali dengan frekuensi terapi dua hari sekali selama 20 menit setiap terapi pada titik *Zhongwan* (CV12), *Daimai* (GB26), dan *Zusanli* (ST36), serta menggunakan metode pendiaman jarum dan dilakukan teknik pelengkap manipulasi. Sedangkan terapi herbal *rosella* sebanyak 2 *g/tea bag*, diberikan dalam bentuk sediaan teh herbal, dikonsumsi 2 kali sehari (pagi dan sore). Diseduh dengan 240 ml air panas selama kurang lebih 20 menit. Pengukuran lingkaran pinggang dilakukan sebelum dan sesudah terapi. Hasil yang diperoleh adalah kombinasi terapi akupunktur pada titik *Zhongwan* (CV12), *Daimai* (GB26), *Zusanli* (ST36) dan herbal *rosella* berpengaruh terhadap penurunan ukuran lingkaran pinggang pasien obesitas sentral dengan sindrom *Qi* limpa terlalu aktif. Lingkaran pinggang pasien sebelum dilakukan terapi adalah 119 cm dan setelah dilakukan terapi, turun menjadi 109 cm sehingga dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan kombinasi terapi akupunktur dan herbal *rosella* penurunan ukuran lingkaran pinggang pasien sebanyak 10 cm selama 1 bulan (30 hari).

Kata kunci: lingkaran pinggang, obesitas sentral, akupunktur, teh herbal, *rosella*.